

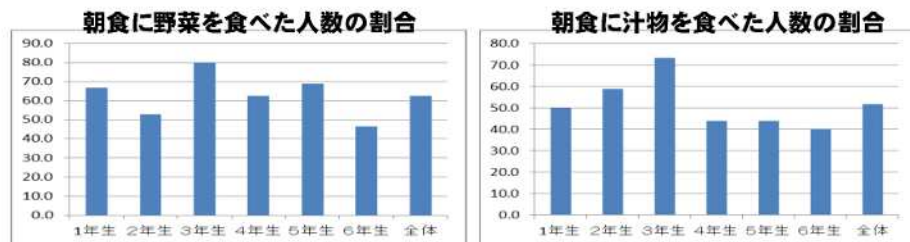


6月20日(月)から6月24日(金)
「朝食について見直そう週間運動」を実施しました。

日立木小学校の児童は、全員が朝食を食べていました。これは、保護者のみなさんの意識の高さだと思います。そして、今回は食べた内容についても調査しましたので、その結果についてお知らせしたいと思います。

下のグラフは、24日の朝食について聞いたものです。朝からしっかり野菜を食べている人は、全体で62%、汁物を食べている人は、全体で51%でした。

11月にも「朝食について見直そう週間」がありますので、朝食を食べるのはもちろん、今回よりも多くの方がバランスの良い朝ごはんを食べてほしいと思います。



朝ごはんを食べよう ①~④がそろった食事をしてね!

- ①パワーの源・主食
ごはん、パン、めん類、シリアルなど
- ②筋肉や血の源・主菜
目玉焼き、焼き魚、ハムステーキなど
- ③体の調子をととのえる・副菜
野菜サラダ、おひたし、果物など
- ④汁物/飲み物
みそ汁、スープ、牛乳など

きゅうしょくだより



7月7日(木)は、七夕です!
 学校では、7日(木曜日)がパンのため、少し早く5日(火)に、七夕メニューがでます。

ちらしずし・たなぼた汁・たなぼたゼリー

おたのしみに...

どうしてたなぼたにそうめんを食べるの?

七夕は、笹の節句といわれ、この日には、そうめんを食べる風習があります。

これは五節句のひとつで、3月3日には[あられ]、5月5日には[柏餅]を食べるのと同様のなわらじです。

「七夕にそうめんを食べると、病気になる。」という中国の言い伝えから平安時代に宮中行事として取り入れられたそうです。

蒸し暑い日でもつるつる食べられるそうめんは、その細さを天の川にたとえられ、また、織姫の織る糸にみたて裁縫の上達を願う七夕の行事食にもなったそうです。

7月7日はぜひおうちそうめんを食べて、病気になるようにしましよ。

～給食のお知らせ～

7月20日(水)1学期終業式 給食があります。
8月25日(木)2学期始業式 午前下校(給食なし)

2学期給食開始は、8月26日(金)からです。

* **1学期最後の給食の日に、給食着を給食室に戻し、給食室で洗濯します。**

このため、給食当番は、給食着を家に持ち帰りません。